

Conociendo a su Pequeño

¿Qué es el temperamento?

Cada bebé nace con su propia manera de acercarse al mundo. A esto se le llama temperamento. ¿Cuál es el temperamento de su bebé? Aquí tiene cinco preguntas para reflexionar:

1

¿Qué tan intenso es su bebé o hijo?

Algunos tienen reacciones emocionales muy fuertes, mientras que otros son más tranquilos.

2

¿Qué tan activo es su bebé o hijo?

Algunos disfrutan moverse la mayoría del tiempo. Otros no buscan mucha actividad física.

3

¿Qué tan fácil se frustra su bebé o su hijo?

Algunos se frustran más rápido que otros.

4

¿Cómo reacciona su bebé o su hijo ante los cambios, como conocer a gente nueva o enfrentarse a situaciones nuevas?

A algunos les va bien con cambios como una nueva niñera o un nuevo asiento de coche. A otros les cuesta más.

5

¿Cómo reacciona su bebé o niño ante los estímulos sensoriales, como las texturas o los sonidos?

Algunos se fijan hasta en el más mínimo detalle, como la costura de sus calcetines. Otros parecen no darse cuenta cuando hay ruidos fuertes. ¡O bien disfrutan de los juegos sensoriales, como jugar con lodo o pintar con los dedos!



ZERO TO THREE
Early connections last a lifetime



El temperamento de su bebé es con el que nació.
Y el temperamento generalmente no cambia con el tiempo.
Por eso es importante aceptar a su bebé tal como es.

No existe un temperamento correcto o incorrecto. Pero algunos son más fáciles de manejar que otros. Un bebé muy activo puede ser más difícil de calmar. Un niño pequeño tímido puede necesitar más apoyo para participar en una reunión familiar. Cuando usted responde con cariño, ayuda a su hijo a aprender a lidiar con las situaciones. El temperamento de su hijo no es "culpa" suya. No significa que ustedes sean malos padres.

Usted puede ayudarle. Enséñele a su hijo las habilidades que necesita para afrontar diferentes situaciones. Prepárense para los momentos que puedan resultar difíciles. Si su hijo es tímido, podría llegar temprano a una fiesta de cumpleaños para darle tiempo a que se sienta más cómodo. O enséñele a su hijo pequeño algunos trucos sencillos de respiración profunda para manejar las emociones fuertes. ¡Lo más importante que puede hacer es demostrarle a su hijo que lo quiere y lo acepta tal como es!

Usted también tiene su temperamento. Si el de usted se parece al de su bebé, puede que sea más fácil ayudarle a explorar el mundo. Si su temperamento es diferente al de su bebé, puede que tenga que esforzarse más para ayudarle. Puede ser difícil si la forma en que su hijo reacciona al mundo es diferente a la suya. Una mamá tímida con un bebé muy social quizá no le guste cuando su bebé saluda a las personas desconocidas. Un papá muy social puede pensar que su bebé siendo tímido no es amigable.

Sea el aliado de su hijo. Su papel no es "arreglar" su temperamento, sino guiarlo y apoyarlo. Puede ayudarlo a desarrollar estrategias para sobrellevar las situaciones. Además, ¡celebre cómo es! Su hijo florecerá con su amor y apoyo.

¿Tiene más preguntas? Hable con el proveedor de atención médica de su hijo o con alguno de los profesionales que brindan apoyo a su familia.

Envíe **SPARKS** al **274 448**

Reciba mensajes como este en su teléfono.

©2026 by the Icahn School of Medicine at Mount Sinai. All rights reserved.